孙诗帆，女，中共预备党员，外国语学院，2014级英语专业

在校期间担任院团委学生会副主席、班长、江汉大学英语小助教负责人

2016年：荣获国家励志奖学金、校长奖学金、校优秀学生干部奖学金

2015年：荣获国家励志奖学金、校优秀学生干部奖学金

2015年：荣获全国高师学生英语教师职业技能竞赛三等奖

2016年：荣获中央电视台“希望之星”英语风采大赛湖北省季军、“外研社杯”全国英语演讲大赛湖北省一等奖

**以梦为马 不负韶华**

 在人生最美的年纪有一个属于自己的梦想，并为之奋斗着，是我能想到最让我开心的事。梦想，让我在每天睁开眼睛的那一刻就知道自己需要做什么；梦想，让我拥有面对困难不放弃的勇气；梦想，是一盏明灯照亮了我心里的每一个角落。因为有了这种安全感和使命感，我一直相信不忘初心，方得始终。

 身骑“梦想”的白马，她在追梦的道路上奔驰。以勤为剑，她将初心当作信念；刻苦学习，她将惜时当作要求；传道授业，她将助人当作己乐。她，是孙诗帆。

**夯学业之基**

军训时，身为副排长的孙诗帆，站在排头，作为标杆，引领着其他同学，深知自己的每一个动作都关系到整个队列排面的整齐性，她严格要求自己，追求每个动作都做到完美。

 军训虽早已结束，但孙诗帆对自己的高要求，精益求精的习惯却从未改变，唯一改变的是，她将这股斗志从军训场转移到了学习上。

两年来，坚持早起，听英语新闻，背优秀演讲稿，记英语，法语单词或是奔走于校园内做英语小助教给学生们送去清晨的第一声问候，充实的一天就此拉开帷幕，完成以上计划的时间是一个半小时，之后便穿梭于课堂和图书馆之间，每天上课的平均时间是四个半小时；每天在图书馆的平均时间是三个小时，图书馆的管理员都成了她的老熟人。对语言学习的热忱和勤奋的学习让孙诗帆的学分绩点名列前茅，也让她囊获了许多专业竞赛奖项 －CCTV希望之星英语风采大赛湖北总决赛季军，“外研社杯”全国英语演讲大赛湖北赛区一等奖，全国高师学生英语教师职业技能竞赛三等奖等等。

**求全面发展**

大二时，成功竞选为学院团委学生会副主席；分管工作最为繁忙的2个部门和1个社团，先后策划并主持了院师生联欢会、校级文化项目“世界知识文化挑战赛”等，同时，她积极参加校级各项文体活动，曾任学院女子篮球队队员。孙诗帆还是江汉大学第一期“青年马克思主义者培养工程”骨干培训班的成员，努力从思想政治层面提升自己。

面对堆积成山的学生工作、文体活动，政治学习和难度大大增加的专业课程，孙诗帆越发感觉到，时间就如同金子一般。要在相同的时间内完成比其他同学多好几倍的工作，刚开始，她有些手忙脚乱。慢慢地她明白了再慌乱，再焦虑工作也不会自己变少。于是她开始调整自己的生活节奏，想方设法让自己的24小时延长、让自己的效率提高。孙诗帆毅然地放弃了午休和节假日，与学生会成员们共商工作安排，与主持人们一起练习普通话，面部情感表达，形体站姿。她始终将“专注”二字作为解决效率问题的妙方。在图书馆自习的时候，便伏案学习，充分利用有限的学习时间，不把重点，难点研究清楚不罢休，学习笔记做了一本又一本；在处理学生会事物时，便埋头工作，统筹协调，事无巨细，都耐心地完成。

**探演讲之道**

越是追求优秀的人，越是不怕失败和打击，因为深知失败乃成功之母。而孙诗帆便是这样毫不畏惧打击的人，有着能将打击转化为动力的能力，越挫越勇。孙诗帆总说，她期待与优秀的人交锋，这样她能更加明了地看见自己与优秀的差距，时刻保持清醒，目标向前，不断努力。

第一次打击来得迅速而猛烈，中学时期就对英语演讲充满兴趣和信心的她曾经获得过学校英语演讲第一名的成绩。走进大学，对演讲的热情也从未减退过，于是大一便信心满满得报名参加了学校的英语演讲大赛。站上讲台后才发现自己掌握演讲技巧，思维活力远没有达到评委老师的要求；不知如何在30秒内准备好3分钟的演讲内容，只能说上一分钟左右便无话可说，只得颤颤巍巍地走下演讲台，在校级复赛的时候就被淘汰了。第一次比赛铩羽而归，让孙诗帆深深地明白了自己实力和理想的差距；也让她暗下决心，一定要全力争取机会再回到演讲台上。

心中那个“让世界听到我的声音”的梦想一直在指引着她前进。坚信天道酬勤，立誓不负韶华是她的信念。随后，孙诗帆通过努力进入了学校的口语集训队，坚持每天早起，读背优秀演讲稿，学习演讲技巧；收听英语新闻并复述，锻炼听力及理解能力；了解世界经济、政治、历史、文化等各方面知识，为演讲做知识储备；在看新闻的时候将新闻话题当作演讲话题迅速生成自己的观点，做演讲，训练批判性思维，增强思维活跃度。

今年4月，这个机会来了---中央电视台“希望之星”英语风采大赛的舞台。这个舞台竞争更加激烈，光是武汉赛区就有4万多人报名参加，其中更不乏来自武汉各大高校的高手们。功夫不负有心人，经过一年的训练，在同样的30秒里，这次，孙诗帆准备好了3分钟的演讲内容。她，做到了！孙诗帆以武汉市形象宣传口号“Wuhan, different everyday”为题，将武汉近些年的发展写在心中，向大家道出了她心中每天都不一样的武汉，最终以98分的高分，荣获一等奖，晋级省级半决赛。之后一路像是使出了洪荒之力般，进入湖北区总决赛，与各路高手同台竞技。使出浑身解数后，获得了湖北区总决赛第三名，创造了学校在此项赛事上的最好成绩。代表学校，代表湖北去北京，站上中央电视台的舞台，向大家介绍中国中部正在腾飞的武汉。实现了“让世界听到我的声音”的梦想。

16年10月，孙诗帆代表学校参加“外研社杯”全国英语演讲比赛，并顺利进入决赛，而决赛也被笑称为评委最多，最严格的演讲比赛之一---全省一共20位决赛选手，评委就有11位！经过激烈的角逐，孙诗帆最终获得一等奖。创造了学校在此项赛事上5年来的最好成绩。

尽管一次又一次地站上领奖台，孙诗帆始终没有忘记大一时不知所措，颤颤巍巍走下演讲台的样子。已经获得的这些奖项是她不忘初心，坚持梦想的证明，是天道酬勤的又一次映证。还有更高的奖项是她坚持每天早起，听英语新闻，背演讲稿的动力，也是让她莫负韶华的提醒。

**享助人之乐**

现任英语小助教负责人的孙诗帆，2年来是学校4个学院，8个班的小助教。在校内，站在三尺讲台上，她与同学们分享学习英语的方法，提高学生们对英语学习的兴趣；站在汤湖图书馆的讲堂里，她是向前来学习的市民传授英语知识的文化使者。定期到汤湖图书馆讲课的她，收获了一大批粉丝，同时也吸引越来越多的读者前来学习英语，成功地扮演着文化使者的角色。

孙诗帆还活跃在许多国际赛事的志愿者队伍中，如，第21届亚洲田径锦标赛、东亚杯足球赛决赛、第26届亚洲羽毛球锦标赛等等。她充分发挥着自己的语言优势，作为沟通的桥梁，为国外运动员提供帮助。各项志愿服务时长累计超300小时。面对人们一声声感谢，一张张笑脸，孙诗帆乐在其中，用实际行动，践行奉献精神。

坚信天道酬勤，立誓不负韶华。身骑梦想白马，以勤为剑，披荆斩棘，在追梦的路上，向前，向前，向前！从前如此，现在如此，将来亦会如此！